TABLE DES MATIÈRES

Préface du docteur Alain Horvilleur 15

Docteur Catherine Gaucher
La raison du plus faible est toujours la meilleure ! 17

Docteur Jean-Pierre Willem
Médecines naturelles à travers le monde 27

Docteur Alain Horvilleur
Une médecine à la portée des familles : l'Homéopathie 33
Mieux comprendre la spasmophilie 43

Docteur Gérard Seux
L'iridologie, des bases intéressantes pour un bon diagnostic 49

Docteur Jean-Claude Houdret
Les succès de la médecine par les plantes 55
Les additifs alimentaires ça sert à quoi ? 59

Docteur Gérard Pacaud
L'alternative aux antibiotiques et les bons remèdes aux petits maux 65

Docteur Dominique Rueff
L'automédication nutritionnelle prescrite par la médecine orthomoléculaire 73

Docteur Arnaud Cocaul
Le problème du surpoids 79

Anne Duclos
Les alicaments : une autre alimentation ? 85

Docteur Claude Chauchard
Comment préserver son Capital-Vie 89

Docteur Eric Ménat
La diététique d'abord ! 97

Docteur Suzanne Preney
La Méthode Kousmine : la santé dans une assiette riche de saveurs et de goût 103

Marion Kaplan
La diététique selon Kousmine 109
Si le mal a dit : « Pas de gluten, ni de lait », écoutons-le ! 115

Professeur Philippe Cornet & Nathalie Massebœuf
La Nutrition selon Saint-Vidal 121

Jean-Claude Delecroix
Le diabète est guérissable ! 127

Christiane Faure
L'EMDR, une thérapie des émotions 131

France Guillain
Hygiène de vie et d'esprit 135

Michel Gillain
Les « mets sages » thérapeutiques d'un restaurateur 139

Pierre Gevaert
Exhortation à remettre les pieds sur terre 145

Claude Aubert
Quelle agriculture dans nos assiettes : bio, raisonnée ou O.G.M. ? 153
L'espérance de vie monte, mais attention aux désillusions 160

Jean-Claude Basdekis
La diététique du sportif 167

Christophe Geoffroy
La préparation nutritionnelle du sportif 177

Claude Compain
Marathonien de l'idéal et éducateur de santé 181